**Конспект НОД по физическому развитию для средней группы «Путешествие в лес, к медведю»**

Образовательная область: физическое развитие

Вид деятельности: непосредственная образовательная

Возрастная группа: средняя

Тема: Путешествие к медведю в лес!

Цель: Воспитывать устойчивый интерес к занятиям физкультуры, к здоровому образу жизни, развивать ловкость, координацию движений, физиологическое дыхание; упражнять детей в соблюдении равновесия при ходьбе по скамье, прыжках на двух ногах, в подлезании под дугу, закреплять знания прямого счета в пределах пяти.

Материал и оборудование: скамья, обручи, дуга.

Ход деятельности: Дети заходят в спортивный зал под веселую музыку и строятся в шеренгу.

Воспитатель: Здравстуйте, ребята! Вы так бодро зашли в зал, что я сразу поняла, что вы ловкие, смелые и быстрые.

Дети: Да!

Воспитатель: А, что вам в этом помогает?

Дети: Зарядка, витамины, физкультура и т.д.

Воспитатель: Ребята, я предлагаю вам отправиться в путешествие к мишке в лес. Вы согласны?

Дети: Да!

Воспитатель: Но сначала я хотела бы прочитать вам письмо, которое мишка нам написал:

«Всем привет Вам от меня, развеселого дружка! Нынче сам хотел прийти, но опять сейчас в пути. Физкультурой увлекаюсь, плаванием я занимаюсь, чтоб здоровым быть, как я, и пластичным, как лиса, очень ловким, как зайчишка, и девченкам и мальчишкам нужно спортом заниматься. В благодарность, Вам друзья, вся звериная семья приготовит угощенье, всем гостям на удивленье.  
А сейчас всем в путь пора. До встречи в лесу, детвора!»

На право в обход по залу шагом марш!

Ребята, в лесу нам повстречаются звери(?)

1. Лиса – ходьба на носках, руки на пояс.
2. Белка – ходьба на пятках, руки за голову.
3. Волк – ходьба на внешней стороне стопы, руки на пояс.
4. Ёж – ходьба вприсядку, руки на коленях.
5. Заяц – прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, руки прижаты к груди.
6. Лось – ходьба, с высоко поднятыми коленями, руки вверх, перекрещенные над головой.

- Бег приставным шагом правым боком, левым боком,

- Обычный бег,

- Обычная ходьба; упражнения на восстановление дыхания.

**Основная часть**

Встаем в круг.

1. И.П.: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища;

В-е: наклоны головой вправо-влево(тик-так), вперед-назад(бим-бом)

П-ть:4 раза

1. И.П.:ноги на ш.п., руки на в.т.

В-е: плечи поднимаем два вместе, чередуя (правое и левое)

П-ть: 6 раз

1. И.П.: стоя, ноги на ш.п., руки внизу.

В-е: поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опстить через стороны, вернуться в и.п.

П-ть: 5-6 раз

1. И.П.: Стоя ноги на ш.п., руки на поясе.

В-е: наклоны вперед, хлопнуть в ладоши, выпрямиться, вернуться в и.п.

П-ть: 5-6 раз

1. И.П.: Стоя на коленях, руки на пояс.

В-е: поворот вправо, развести руки, вернуться в и.п., поворот влево, развести руки, вернуться в и.п.

П-ть: 5-6 раз.

1. И.П.: Стоя, ниги вмести руки на пояс.

В-е: Прыжки на двух ногах в круг и назад.

П-ть: 5-6 раз

1. Дыхательное упражнение

Руки вверх, глубокий вдох через нос, наклон вниз, глубокий выдох через рот.

В-ль: Что ж, ребята, молодцы! Вот мы и добрались до самой чащи леса. Чтобы добраться до медведя нам надо преодолеть полосу препятствий:

1. Скамья – нужно пройти через речку по мостику, и удержать равновесие, чтобы не упасть в речку. Ходьба по скамье, руки в стороны.
2. Обручи – нужно перебраться через болото, для этого мы будем прыгать с кочки на кочку. Прыжки на двух ногах руки на пояс.
3. Дуга – подлезть под упавшим деревом, не задев его. Подлезание под дугу.

В-ль: Ребята, молодцы! Но как же мы придем к мишке с пустыми руками? Давайте соберем ему угощения. Вы знаете, что любит медведь?

Дети: Да! Мёд, малину!

В-ль: Правильно, но это ещё не все лакомства для мишки – он всеядный. Мы приготовим для него рыбу грибы и яблоки. Давайте соберем угощения в корзинки и посчитаем много ли мы набрали. Вы умеете считать?

Дети собирают угощения и пересчитывают.

В-ль: Молодцы! Вот мы и добрались до мишки. Давайте поираем с ним!

П.И.: «Медведь и дети»

Рефлексия: Садимся в круг. Самомассаж.

- Ребята, к кому мы сегодня ходили в гости?

-Каких зверей мы встретили в лесу?

- Какие препятствия мы преодолели?